



**PENERAPAN MODEL KONSELING GESTALT TEKNIK KURSI KOSONG  
UNTUK MENINGKATKAN KEBERANIAN BERBICARA DI DEPAN  
KELAS XI SMA 1 MEJOBLO TAHUN PELAJARAN 2013/2014**

**Oleh  
Diah Ayu Swasti Dhita Kartica  
NIM. 201031004**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2014**

**PENERAPAN MODEL KONSELING GESTALT TEKNIK KURSI KOSONG  
UNTUK MENINGKATKAN KEBERANIAN BERBICARA DI DEPAN  
KELAS XI SMA 1 MEJOBLO TAHUN PELAJARAN 2013/2014**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Universitas Muria Kudus untuk Memenuhi  
Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan

Oleh  
**Diah Ayu Swasti Dhita Kartica**  
**NIM. 201031004**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2014**



## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### **MOTTO:**

Berbicara yang baik dan benar itu bukan bakat, tetapi berdasarkan latihan terus-menerus (Tantowi Yahya)

### **PERSEMBAHAN:**

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT, karya sederhana penulis persembahkan kepada:

1. Ibu dan Bapakku yang senantiasa mengiringi langkahku dengan do'a dan kesabaran.
2. Kakak dan Adikku yang tiada henti memberikan suntikan do'a dan motivasi.
3. Teman baikku, motivator sejati yang tak henti-hentinya menyemangatiku dikala menghadapi masalah.
4. Seluruh teman-teman BK angkatan 2010.
5. Almamater UMK Kudus.

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh Diah Ayu Swasti Dhita Kartica (NIM. 201031004) ini telah diperiksa disetujui untuk diuji.

Kudus, ..... 2014

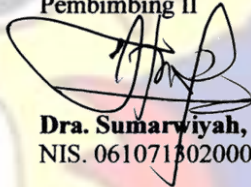
Pembimbing I



**Drs. H. Sucipto, M.Pd., Kons.**  
NIS. 06107130200010015

Kudus, ..... 2014

Pembimbing II



**Dra. Sumarwiyah, M.Pd. Kons.**  
NIS. 0610713020001008

Mengetahui

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muria Kudus




**Dr. Slamet Utomo, M.Pd**  
NIP. 196212191987031001

## LEMBAR PENGESAHAN

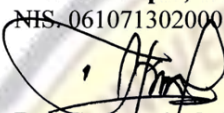
Skripsi oleh Diah Ayu Swasti Dhita Kartica (NIM. 201031004) ini telah ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 24 Juli 2014 sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling.

Kudus, 24 Juli 2014


Dewan Penguji

  
**Drs. H. Sucipto, M.Pd., Kons.**  
NIS. 06107130200010015

Ketua

  
**Dra. Sumarwiyah, M.Pd., Kons.**  
NIS. 06107013020001008

Anggota

  
**Drs. Arista Kiswantoro, M.Pd. Kons**  
NIS. 0610713020001027

Anggota

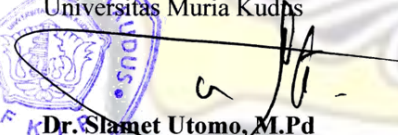
  
**Drs. Sunardi**  
NIP. 195211051983031001

Anggota

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muria Kudus

  
**Dr. Slamet Utomo, M.Pd**  
NIP. 196212191987031001





## **PRAKATA**

Alhamdulillahirobbil'alamin, segala puji dan syukur senantiasa tercurah kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, yang telah memberikan kekuatan dan ketabahan sehingga karya sederhana ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tersusunnya skripsi ini bukan hanya atas kemampuan dan usaha penulis semata, namun juga berkat bantuan berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Dr. Slamet Utomo, M.Pd. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus, yang telah memberikan kesempatan kepada penelitian untuk melaksanakan studi di Universitas Muria Kudus.
2. Dra. Sumarwiyah, M.Pd. Kons. Ketua Progam Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus dan juga sebagai Dosen pembimbing II yang tak henti-hentinya memberikan bimbingan dalam penyusunan proposal skripsi ini.
3. Drs. H. Sucipto, M.Pd., Kons. Dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, semangat sehingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Semua Dosen Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muria Kudus yang telah membimbing dan memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat bagi penulis.
5. Kepala SMA 1 Mejobo Kudus yang telah memberikan ijin penelitian.
6. Dewan Guru, serta siswa-siswi kelas XI SMA 1 Mejobo Kudus yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini.

7. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan namanya satu persatu yang telah membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penelitian ini. Semoga amal kebaikan semua pihak tersebut mendapatkan imbalan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Penulis menyadari dalam skripsi ini masih ada kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran sangat penulis harapkan untuk perbaikan. Penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya Bimbingan dan Konseling sebagai upaya untuk mencapai tujuan pendidikan yang berkualitas.

Kudus . Juli 2014

Penulis





## ABSTRAK

**Kartica, Diah Ayu Swasti Dhita. 2014, “Penerapan Konseling Gestalt Teknik Kursi Kosong Untuk Meningkatkan Keberanian Berbicara di Depan Kelas XI SMA 1 Mejobo Tahun Pelajaran 2013/2014”.** Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Muria Kudus, Dosen Pembimbing I Drs. H.Sucipto, M.Pd., Kons. Dosen Pembimbing II Dra. Sumarwiyah, M.Pd.Kons.

**Kata Kunci:** *Konseling Gestalt, Keberanian Berbicara di Depan Kelas*

Latar belakang penelitian, berdasarkan observasi pada tanggal 3 sampai dengan 5 Februari 2014, ditemukan beberapa siswa di SMA 1 Mejobo kelas XI keberanian berbicara masih rendah seperti, tidak mengetahui apa yang akan disampaikan, takut dikritik, takut ditertawakan, takut membuat kesalahan, pengalaman pahit masa lalu, kurang percaya diri, dan merasa berada dalam situasi asing. Rumusan masalah: Apakah penerapan konseling Gestalt dengan menggunakan teknik kursi kosong dapat meningkatkan keberanian berbicara di depan kelas? Tujuan penelitian: 1. Menemukan faktor-faktor yang menyebabkan siswa tidak berani berbicara di depan kelas. 2. Teratasinya perilaku tidak berani berbicara di depan kelas melalui layanan konseling Gestalt teknik kursi kosong. Kegunaan penelitian: 1. Kegunaan Teoritis: Menambah khasanah perpustakaan, dan menjadi acuan dalam pelaksanaan konseling Gestalt untuk mengatasi siswa yang tidak berani berbicara di depan kelas. 2. Kegunaan Praktis: a. Sebagai masukan dalam menentukan kebijakan yang mendukung pelaksanaan program bimbingan dan konseling di sekolah. b. Bagi konselor dijadikan acuan dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling Gestalt dalam menangani siswa yang tidak berani berbicara di depan kelas. c. Bagi siswa, Membantu mengentaskan permasalahan tidak berani berbicara di depan kelas.

Keberanian berbicara di depan kelas adalah sikap siswa yang menunjukkan keteguhan hati, tidak ragu-ragu dan percaya diri ketika disuruh guru mengerjakan tugas-tugas di depan kelas untuk mengemukakan ide atau pesan lisan secara aktif. Konseling Gestalt adalah bentuk konseling tingkah laku agar klien secara sadar dan bertanggung jawab mampu mengatur dan mengarahkan hidupnya secara efektif. Teknik kursi kosong adalah mendialogkan dua kecenderungan yang saling bertentangan, yaitu kecenderungan *topdog* dan kecenderungan *underdog*. Bermain proyeksi artinya memantulkan kepada orang lain perasaan-perasaan yang dirinya sendiri tidak mau melihat atau menerimanya. Teknik pembalikan adalah memainkan peran yang berkebalikan dengan perasaan-perasaan yang dikeluarkannya.

Model konseling yang digunakan konseling Gestalt melalui teknik kursi kosong, bermain proyeksi dan pembalikan. Jenis penelitian kualitatif deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Tempat penelitian di SMA 1 Mejobo Kudus. Teknik pengumpulan data wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data induktif system Bacon. Subyek penelitian AMM, WBU dan AF.

Hasil penelitian: Klien I (AMM) tidak berani berbicara di depan kelas karena tidak percaya diri dan kemampuan beradaptasi rendah, sehingga menghambat klien dalam menyelesaikan tugas-tugas sekolah karena adanya perasaan minder dan khawatir akan kegagalan. Melalui konseling Gestalt teknik kursi kosong dalam tiga kali pertemuan klien menjadi berani berbicara di depan kelas dengan aktif mengikuti pelajaran, mengajukan pertanyaan dan mengerjakan tugas di papan tulis. Klien II (WBU) tidak berani berbicara di depan kelas karena kondisi ekonomi keluarga yang kurang mampu membuat klien menjadi rendah diri dan penyesuaian diri dengan lingkungan sekolah yang rendah. Melalui konseling Gestalt teknik bermain proyeksi dalam tiga kali pertemuan klien menjadi berani berbicara di depan kelas dengan aktif mengikuti pelajaran, berani mengajukan pertanyaan dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Klien III (AF) tidak berani berbicara di depan kelas karena rasa cemas dan trauma membuat klien takut dan tidak memiliki keyakinan diri untuk mengerjakan tugas-tugas ke depan kelas. Melalui konseling Gestalt teknik pembalikan dalam tiga kali pertemuan klien menjadi berani berbicara di depan kelas dengan perasaan optimis dapat mengerjakan tugas-tugas sekolah dengan benar.

Simpulan faktor internal dan eksternal yang mempengaruhi klien I (AMM) rendah diri dan kemampuan beradaptasi yang rendah. Klien II (WBU) konsep diri negatif dan kondisi ekonomi yang kurang mampu. Klien III (AF) meras cemas dan trauma terhadap pengalaman masa lalu. Disarankan bagi sekolah memonitoring dan evaluasi terhadap perilaku siswa, bagi konselor untuk memberikan konseling Gestalt menggunakan teknik yang tepat, bagi siswa untuk terbuka dan kooperatif dengan konselor, orang tua untuk melatih anak untuk berbicara di depan umum dengan memberikan kesempatan dalam mengemukakan pendapatnya, dan untuk peneliti selanjutnya untuk memperbaiki teknik konseling Gestalt.

## ABSTRACT

**Kartica, Diah Ayu Swasti Dhita. 2014, "Application of Gestalt Counseling Empty Chair Technique To Improve Speaking Courage XI Class 1 Mejobo High School Academic Year 2013/2014".** Thesis Guidance and Counseling Program University of Muria Kudus, Supervisor I Drs. H.Sucipto, M.Pd., Kons. Supervisor II, Dra. Sumarwiyah, M.Pd.Kons.

**Keywords:** *Gestalt Counseling, Courage Speaking in Front of Class*

Background research, based on observations on 3 to February 5, 2014, found some high school students in class XI 1 Mejobo still low such courage to speak, not knowing what will be delivered, fear of criticism, fear of ridicule, fear of making mistakes, past bitter experience then, less confident, and feel in a foreign situation. Formulation of the problem: Whether the application of Gestalt counseling using the empty chair technique can improve the courage to speak in front of the class? The purpose of the study: 1. Discovering the factors that cause students do not dare to speak to the class. 2. Completion behavior did not dare speak to the class through counseling services Gestalt empty chair technique. Usability research: 1. Usefulness Theoretical: Adding repertoire library, and a reference in the implementation of the Gestalt counseling to cope with students who do not dare to speak to the class. 2. Uses Practical: a. As an input in determining policies that support the implementation of guidance and counseling in schools. b. For counselors used as a reference in the implementation of guidance and counseling services in handling Gestalt students who do not dare to speak to the class. c. For students, help alleviate the problem did not dare to speak to the class.

Courage to speak in front of the class is the attitude of students who demonstrate courage, do not hesitate and confident when the teacher told to do the tasks in front of the class to express an idea or message orally active. Gestalt counseling is a form of counseling so that client's behavior consciously and responsibly able to organize and lead their lives effectively. Empty chair technique is articulate two opposing tendencies, namely the tendency topdog and underdog tendencies. Playing projection means reflect to others the feelings themselves do not want to see or accept. Technique plays a role reversal is in contrast to the feelings complained.

Counseling model used Gestalt counseling through the empty chair technique, projection and reversal play. Type a descriptive qualitative research with a case study approach. The place of research in SMA 1 Mejobo, Kudus. Data collection techniques interview, observation, and documentation. Inductive data analysis system technique Bacon. AMM study subjects, WBU and AF.

Result: The client I (AMM) did not dare speak to the class as insecure and low adaptability, thus hampering the clients in completing school assignments because of feelings of inferiority and worry about failure. Through counseling Gestalt empty chair techniques in client meetings three times to be brave to speak



up in the classroom to actively follow the lessons, ask questions and do the work on the board. Clients II (WBU) did not dare to speak to the class because of the economic conditions that are less able to make the client be inferior and adjustment to the school environment is low. Gestalt counseling through play projection techniques in client meetings three times to be brave to speak in front of the class to actively follow the lessons, the courage to ask questions and can adjust to the school environment. Clients III (AF) did not dare to speak to the class because of the anxiety and fear and trauma make the client does not have the confidence to do the tasks ahead of the class. Gestalt counseling through inversion techniques in client meetings three times to be brave to speak in front of the class with a sense of optimism can work on school assignments correctly.

Conclusions internal and external factors affecting the client I (AMM) low self-esteem and low adaptability. Clients II (WBU) negative self-concept and economic conditions that are less capable. Clients III (AF) meras anxiety and trauma of past experiences. It is recommended for school monitoring and evaluation of the student's behavior, for counselors to provide counseling Gestalt using appropriate techniques, for students to be open and cooperative with counselors, parents to train children to speak in public with the opportunity to express their opinions, and to researchers for further refining the Gestalt counseling techniques.



## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>LOGO</b> .....	<b>iii</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>v</b>
<b>PENGESAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xviii</b>
 <b>BAB I. PENDAHULUAN</b> .....	 <b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	5
1.4 Kegunaan Penelitian .....	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian .....	6
1.6 Definisi Operasional Variabel .....	6
 <b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b> .....	 <b>9</b>
2.1 Studi Kasus .....	9
2.1.1 Pengertian Studi Kasus .....	9
2.1.2 Tujuan Studi Kasus .....	10
2.1.3 Ciri-ciri Studi Kasus .....	11
2.1.4 Penanganan Kasus .....	11
2.2 Keberanian Berbicara di Depan Kelas .....	13
2.2.1 Pengertian Keberanian Berbicara di Depan Kelas .....	13

2.2.2	Tujuan Berbicara .....	15
2.2.3	Indikator Rendahnya Keberanian Berbicara .....	16
2.2.4	Faktor-faktor Keberanian Berbicara di Depan Kelas ....	17
2.2.5	Upaya Meningkatkan Keberanian Berbicara di Depan Kelas	19
2.3	Konseling Gestalt .....	20
2.3.1	Pengertian Konseling Gestalt .....	20
2.3.2	Tujuan Konseling Gestalt .....	22
2.3.3	Teknik Pelaksanaan Konseling Gestal .....	22
2.3.4	Tahap-tahap Pelaksanaan Konseling Gestalt .....	27
2.4	Teknik Kursi Kosong untuk Meningkatkan Keberanian Berbicara di Depan Kelas .....	29
2.5	Langkah-langkah Penanganan Kasus .....	30
2.6	Penelitian yang Relevan.....	33
2.7	Kerangka Berpikir.....	35
<b>BAB III.</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
3.1	Rancangan Penelitian .....	37
3.2	Subjek Penelitian .....	38
3.3	Sumber Data .....	39
3.4	Teknik Pengumpulan Data.....	40
3.4.1	Wawancara .....	40
3.4.2	Observasi .....	49
3.4.3	Dokumentasi.....	53
3.5	Analisis Data.....	54



BAB IV. HASIL PENELITIAN .....	56
4.1 Penyajian Data Klien I (AMM) .....	57
4.2 Penyajian Data Klien II (WBU).....	71
4.3 Penyajian Data Klien (AF) .....	85
BAB V. PEMBAHASAN .....	98
5.1 Konseli I (AMM) .....	98
5.2 Konseli II (WBU) .....	102
5.3 Konseli III (AF) .....	105
BAB VI. SIMPULAN DAN SARAN .....	110
6.1 Simpulan .....	110
6.2 Saran .....	112
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>113</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN .....</b>	<b>116</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Subyek Penelitian .....	39
3.2 Pedoman Wawancara Oleh Peneliti Terhadap Guru BK dan Wali Kelas	45
3.3 Pedoman Wawancara Oleh Peneliti Terhadap Teman Sekolah Klien	46
3.4 Pedoman Wawancara Oleh Peneliti Terhadap Orang Tua Klien .....	47
3.5 Pedoman Verbatim Pelaksanaan Konseling Individu Oleh Peneliti Terhadap Klien .....	47
4.1 Subjek Penelitian yang Keberanian Berbicara di Depan Kelas Rendah	56



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Berpikir Mengatasi Rendahnya Keberanian Berbicara di Depan Kelas .....	36



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Satuan Layanan dan Verbatim Konseli I (AMM) .....	117
a. Persiapan Konseling .....	117
b. Satuan Layanan Pertemuan I.....	119
c. Laporan Evaluasi Pertemuan I.....	121
d. Verbatim Pertemuan I .....	124
e. Satuan Layanan Pertemuan II .....	130
f. Laporan Evaluasi Pertemuan II.....	132
g. Verbatim Pertemuan II .....	135
h. Satuan Layanan Pertemuan III.....	138
i. Laporan Evaluasi Pertemuan III .....	140
j. Verbatim Pertemuan III .....	143
2. Satuan Layanan dan Verbatim Konseli II (WBU) .....	145
a. Persiapan Konseling .....	145
b. Satuan Layanan Pertemuan I.....	147
c. Laporan Evaluasi Pertemuan I.....	149
d. Verbatim Pertemuan I .....	152
e. Satuan Layanan Pertemuan II .....	157
f. Laporan Evaluasi Pertemuan II.....	159
g. Verbatim Pertemuan II .....	162
h. Satuan Layanan Pertemuan III.....	165
i. Laporan Evaluasi Pertemuan III .....	167
j. Verbatim Pertemuan III .....	170
3. Satuan Layanan dan Verbatim Konseli III (AF) .....	173
a. Persiapan Konseling .....	173
b. Satuan Layanan Pertemuan I.....	175
c. Laporan Evaluasi Pertemuan I.....	177
d. Verbatim Pertemuan I .....	180
e. Satuan Layanan Pertemuan II .....	185
f. Laporan Evaluasi Pertemuan II.....	187
g. Verbatim Pertemuan II .....	190
h. Satuan Layanan Pertemuan III.....	193
i. Laporan Evaluasi Pertemuan III .....	195
j. Verbatim Pertemuan III .....	198
4. Daftar Absensi Kehadiran Bimbingan .....	200
5. Daftar Riwayat Hidup Penulis .....	201

6. Surat Ijin Penelitian dari UMK .....	202
7. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian dari SMA 1 Mejobo Kudus .....	203
8. Kartu Konsultasi Bimbingan Skripsi .....	204

